

**UPAYA PENINGKATAN INTELEGENSI KINESTETIK TERHADAP  
HASIL BELAJAR LOMPAT JANGKIT  
SISWA KELAS XI IPS A**

**Tri Munandar, Ahmad Atiq, Edi Purnomo.**

Program Studi Penjaskesrek FKIP Untan, Pontianak

*Email: trimunandar03@yahoo.com*

**Abstrak:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh intelegensi kinestetik terhadap hasil belajar lompat jangkit melalui media kotak lompat pada siswa kelas XI IPS A di SMAN 1 Ngabang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan bentuk *pre-experimental design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS A SMAN 1 Ngabang, yang berjumlah 32 orang. Dalam penelitian ini melakukan teknik *sampling jenuh* yaitu mengambil seluruh Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI IPS A SMAN 1 Ngabang yang berjumlah 32 siswa. Hasil penelitian yang didapatkan yaitu kemampuan siswa yang terdiri dari 32 sampel maka diperoleh hasil untuk tes awal (*pretest*) yaitu rata-rata 17.06, skor minimal 13, skor maksima 19, dengan standar deviasi 1.899. Sedangkan untuk tes akhir (*posttest*) yaitu rata-rata 19.53, skor minimal 14, skor maksimal 23, dengan standar deviasi 2.271. Hasil  $t_{test} = 12.964$  lebih besar dari nilai  $t_{tabel} = 2.039$ , artinya hipotesis diterima berarti terdapat pengaruh intelegensi kinestetik terhadap hasil belajar lompat jangkit siswa kelas XI IPS A di SMAN 1 Ngabang. Adapun persentase peningkatan adalah sebesar 14.47%.

**Kata Kunci:** *Intelegensi Kinestetik, Hasil Belajar Lompat jangkit*

**Abstract:** The aim of this study was to determine the effect on learning outcomes kinesthetic intelegensi tiple jump through the media box to jump on A class XI IPS in SMAN 1 Ngabang. The method used in this study is the experimental method to form a pre-experimental design. The population in this study were students of class XI IPS SMAN 1 Ngabang A, which amounted to 32 people. In this study perform saturation sampling technique that is taking the whole sample used in this study were all student of class XI IPS SMAN 1 Ngabang A totaling 32 students. Research result obtained, namely the ability of students consisting of 32 sample of the obtained reslts for the initial test (*pretest*) with an average of 17,06 a minimum score of 13, a score maximal 19, with a standard deviation of 1,899, while for the final test (*posttest*) which is a average 19,53 a minimum score of 14 , a maximum score of 23, with a standard deviasi of 2.271. finaily test = 12.964 is grater than the value of table = 2,039, meaning that the hypnothesis is accepted intelegensi kinesthetic means there is influence of learning outcomes triple jump A class XI IPS in SMAN 1 Ngabang. The percentage increase is at 14,47%

**Keywords :** kinesthetic intelegence, learning outcomes jump trans missible.

**P**ermasalahan yang mendasar di dalam dunia pendidikan di Indonesia adalah masalah kualitas dan kuantitasnya. Berbicara tentang kualitas pendidikan, tentunya tidak terlepas dari proses dan hasil belajar siswa. Proses pendidikan menentukan hasil belajar siswa. Oleh karena itu keduanya mempunyai keterkaitan yang besar di dalam dunia pendidikan. Menurut Redja Mudyanto (2010) pendidikan adalah segala pengalaman belajar yang berlangsung dalam segala lingkungan dan sepanjang hidup. Pendidikan adalah segala situasi hidup yang mempengaruhi pertumbuhan individu. Proses pendidikan harus di rancang untuk mampu mengembangkan hasil belajar yang memiliki dimensi jangka panjang yang dapat membekali siswa dalam kehidupan dan belajar sepanjang hayat, yaitu berfikir, kecakapan hidup, psikomotor, dan sudah barang tentu terhadap hasil belajar. Abu Ahmadi (dalam Syaiful Djamarah 2008) mengatakan bahwa anak didik selain ada perbedaannya juga ada persamaannya. Paling tidak ada beberapa persamaan dan perbedaan yang harus mendapatkan perhatian seperti pada aspek kecerdasan (intelegensi), kecakapan, prestasi, bakat, sikap, kebiasaan, dan pola-pola dan tempo perkembangan, serta latar belakang lingkungan.

Diantara beberapa pelajaran yang ada di sekolah tentunya memberikan tingkat kesulitan yang berbeda. Seperti halnya pendidikan jasmani atau biasanya disingkat dengan penjas, merupakan salah satu mata pelajaran yang termasuk di dalam kurikulum pendidikan. Pendidikan jasmani sebagai bagian integral dari pendidikan yang memiliki tugas yang unik yaitu menggunakan “gerak” sebagai media untuk membelajarkan siswa. Tentu yang menjadi dasar dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran di dalam pendidikan jasmani seutuhnya menggunakan gerak. Pendidikan jasmani merupakan satu-satunya mata pelajaran di sekolah yang menggunakan gerak sebagai media pembelajaran untuk mencapai hasil tujuan pendidikan.

Di setiap sekolah dalam berbagai jenis dan tingkatan banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam belajar. Pada tingkat tertentu memang ada siswa yang dapat mengatasi kesulitan belajar, tanpa harus melibatkan orang lain. Tetapi pada kasus-kasus tertentu, ada beberapa siswa yang belum mampu mengatasi kesulitan belajarnya, maka bantuan guru atau orang lain sangat diperlukan oleh siswa. Dari setiap komponen yang ada sebuah pembelajaran juga tentunya memerlukan proses yang sistematis dalam menjalankannya, agar nantinya memiliki arti penting untuk keberhasilan belajar siswa. Dalam proses yang sistematis tersebut adapun yang menjadi komponen penting yang menentukan efektifitas pembelajaran adalah guru, siswa, materi, metode, media dan situasi (rayandra asyar, 2012)

Seperti halnya mata pelajaran pendidikan jasmani, didalamnya memiliki berbagai macam materi pelajaran yang tingkat kesulitannya bermacam-macam. Untuk itu guru dan siswa harus mampu menjawab kesulitan ini guna mendapatkan hasil belajar yang sesuai dengan apa yang di harapkan. Seperti halnya yang di katakan oleh Husdarta (2009) pendidikan jasmani yang baik harus mampu meningkatkan pengetahuan anak tentang prinsip-prinsip gerak. Pengetahuan tersebut akan membuat anak mampu memahami bagaimana suatu keterampilan dipelajari hingga tingkatanya yang lebih tinggi.

Banyak materi pelajaran pendidikan jasmani yang disesuaikan dengan nomor cabang olahraganya, salah satunya adalah atletik. Atletik sangat penting sekali dalam dunia pendidikan, khususnya dalam pendidikan jasmani, sehingga masuk dalam kurikulum pendidikan sebagai materi dalam pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Cabang atletik merupakan cabang olahraga yang menjadi dasar dari setiap olahraga lainnya, karena teknik dasar dari atletik yang terdiri dari teknik dasar berjalan, berlari, melompat, meloncat, melempar dan menolak sangat digunakan dalam olahraga lainnya.

Dalam cabang olahraga lompat pada atletik ada empat nomor lompat, yaitu nomor lompat jauh, lompat jangkit, lompat tinggi dan lompat galah. Namun pada pemaparan ini kita akan membahas salah satu nomor dari ruang lingkup pembelajaran di atas yaitu nomor "lompat jangkit". Lompat jangkit merupakan salah satu nomor lompat yang menimbulkan tekanan yang cukup tinggi pada tumit, lutut, pinggul, dan sendi-sendi kaki. Oleh Karena itu, intensitas pembelajarannya harus ditingkatkan secara perlahan dan bertahap (Yudha M Saputra, 2004)

Lompat jangkit merupakan cabang olahraga yang memerlukan gerak kompleks dan harus dipelajari dengan analisa yang tepat guna mendapatkan hasil yang baik di dalam pembelajaran. Yang mana kita ketahui bahwa penjas memiliki tujuan akhir pembelajaran gerak yaitu berupa penampilan gerakan-gerakan yang efektif, efisien, dan terampil untuk mencapai tujuan tersebut dibutuhkan kecukupan belajar gerak untuk meningkatkan intelegensi kinestetik (gerak) pada siswa. Belajar gerak yang dimaksudkan adalah siswa memperoleh kesempatan yang cukup untuk pembelajaran yang telah dicanangkan.

Seperti halnya yang terjadi pada siswa di SMAN 1 Ngabang, dari sekian banyak materi pembelajaran atletik tentang nomor lompat kebanyakan dari siswa diantaranya masih belum mengetahui bagaimana cara melakukan teknik-teknik dasar dalam pembelajaran lompat jangkit. Terkadang masih banyak diantara siswa yang kesulitan melakukan gerakan jingkat *hop* langkah *step* dan melompat *jump*. Beberapa diantaranya masih ada terjadi kesalahan dalam melakukan gerakannya baik dari cara awalan maupun cara pendaratannya. Tentunya berdampak pada hasil belajar siswa yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Untuk mendapatkan hasil yang baik tentunya melalui proses yang baik juga. Begitu juga halnya didalam pembelajaran, untuk mendapatkan hasil belajar yang baik tentunya memerlukan proses pembelajaran yang dilakukan secara baik dan benar. Dalam hal ini lompat jangkit memiliki tingkat kesulitan dalam pelaksanaan pembelajarannya, sehingga siswa dituntut mampu melakukan gerakan yang dibutuhkan dalam menjalani pembelajaran tersebut. Tentunya untuk mendapatkan hasil belajar lompat jangkit yang baik hendaknya guru merancang sebuah model pembelajaran yang didalamnya terdapat pengembangan gerak pada saat melakukan pembelajaran untuk mengembangkan intelegensi kinestetik (gerak) yang baik pada siswa dan nantinya berguna menjadi persiapan belajar siswa untuk diaplikasikan pada saat proses pembelajaran. Intelegensi kinestetik memberikan kesempatan pada siswa untuk berfikir sebelum melakukan pembelajaran, bagaimana proses pembelajaran yang dilakukan dan ditunjang dengan gerakan-gerakan yang disesuaikan dengan pembelajaran, sehingga peserta didik dapat

mengaplikasikannya melalui gerak yang sesungguhnya pada saat melakukan pembelajaran.

Dari pemaparan latar belakang di atas telah dijelaskan bahwa intelegensi kinestetik (gerak) memiliki pengaruh besar terhadap hasil belajar lompat jangkit sehingga perlu di kembangkan dan ditingkatkan melalui media kotak lompat agar mendapatkan hasil belajar yang baik. Untuk itu peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut, maka judul yang diambil dalam karya ilmiah ini adalah “Pengaruh Intelegensi Kinestetik Melalui Media Kotak Lompat Terhadap Hasil Belajar Lompat Jangkit Siswa Kelas XI IPS A SMAN 1 Ngabang”.

## METODE

Menurut Khomsin (2008: 33) metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk melakukan suatu kegiatan pengumpulan, pencatatan, perumusan, dan menganalisis data, sampai menyusun laporan dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Menurut Subhana dan Sudrajat (2009) penelitian kuantitatif biasa dipakai untuk menguji suatu teori, untuk menyajikan suatu fakta atau mendeskripsikan statistik, untuk menunjukkan hubungan antar variabel, dan ada pula yang bersifat mengembangkan konsep, mengembangkan pemahaman, atau mendeskripsikan banyak hal. Sedangkan bentuk penelitian ini adalah penelitian eksperimen, dengan desain eksperimen *pre-experimental design*.

Untuk desain penelitian eksperimen yang lebih spesifik, penulis menggunakan model penelitian *one-group pretest-posttest design*.

O1 X O2
---------

Bagan Desain Penelitian  
(Sumber: Sugiyono, 2008)

Keterangan :

- O1 : Nilai *pretest* (sebelum diberi pendidikan latihan)
- X : Perlakuan (pembelajaran dengan menggunakan media kotak lompat)
- O2 : Nilai *posttest* (setelah diberi pendidikan latihan)

Adapun populasi dalam penelitian ini mengambil seluruh siswa kelas XI IPS A SMAN 1 Ngabang, yang berjumlah 32 orang. Menurut Suharsimi Arikunto (2006), populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Setelah menentukan populasi peneliti melanjutkan penentuan untuk sampel penelitian, adapun teknik dalam penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh, menurut Sugiyono (2008) sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil dimana semua anggota populasi dijadikan sampel. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI IPS A SMAN 1 Ngabang yang berjumlah 32 siswa.

Tes dilakukan sebanyak tiga kali kesempatan, dan nilai terbaik adalah nilai yang diambil sebagai kemampuan hasil belajar yang dimiliki atau diperoleh siswa. Jadi hasil paparan teori diatas maka apabila tujuan atau target pembelajaran

tercapai maka perlakuan yang diberikan bisa dihentikan. Adapun acuan kisi-kisi penilaian tes kemampuan lompat jangkit sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Kisi-Kisi Rubrik Penilaian**

No.	Tahapan	Kisi-kisi penilaian	Nilai		
			Baik	Sedang	Kurang
1.	Awalan ( <i>Approach</i> )	Posisi badan tegak dengan pandangan kedepan	3	2	1
		Kaki tumpuan berada di belakang dan posisi tangan selaras dengan posisi kaki.	3	2	1
		Melakukan awalan dengan berlari dilintasan secara bertahap dengan kecepatan maksimal	3	2	1
2.	Teknik tolakan, melangkah dan lompatan ( <i>hop, step &amp; jump</i> )	Melakukan gerakan hop (jingkat) dengan posisi badan tegak pada saat kaki tumpuan melakukan tolakan	3	2	1
		Melakukan gerakan step (langkah) dengan menggunakan tumpuan kaki yang sama seperti tumpuan awal gerakan	3	2	1

		Melakukan jump (lompat) dengan posisi kaki mencakar kebelakang dengan kaki yang menopang pada akhir pantulan	3	2	1
3.	Posisi Melayang	Posisi badan membusung ke arah depan	3	2	1
		Posisi kaki dan tangan mengais kebelakang	3	2	1
		Posisi kedua kaki harus bersamaan pada saat mendarat	3	2	1
4.	Pendaratan (landing)	Posisi tangan lurus kedepan	3	2	1
		Posisi badan saat mendarat membungkuk ke depan	3	2	1

Dalam penelitian ini digunakan analisis uji-t untuk mengetahui apakah terhadap perbedaan antara *pretest* dan *posttest* yang telah dilakukan. Sebelum menggunakan uji-t (*t-test*), data yang diperoleh tidak dijamin normal dan homogenitas, untuk itu data harus terlebih dahulu diuji dengan uji normalitas dan uji homogenitas.

#### 1. Uji normalitas

Teknik pengujian normalitas data dengan menggunakan *liliefors*. Rumus dasar *liliefors* adalah sebagai berikut:

$$L = F(Z_i) - S(Z_i)$$

Keterangan:

$L$  = *liliefors*

$F(Z_i) - S(Z_i)$  = selisih data

#### 2. Uji homogenitas

Pengujian homogenitas varians digunakan uji F dengan rumus sebagai berikut:

$$F = \frac{\text{Varian terbesar}}{\text{Varian terkecil}}$$

Keterangan: Bahwa varians (kuadrat dari simpangan baku).

### 3. Uji Pengaruh

Menurut Ali Maksum (2007) untuk menganalisa perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok tertentu bisa menggunakan t-test sampel sejenis. Adapun rumusnya sebagai berikut:

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{(N \sum D^2 - (\sum D)^2)}{(N-1)}}$$

Keterangan : D = perbedaan setiap pasangan skor (*pretest-posttest*)

N = jumlah sampel

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan hasil pelaksanaan penelitian yang dilakukan pada kelas XI IPS A di SMAN 1 Ngabang Kabupaten Landak. Hasil penelitian tersebut diperoleh melalui tes yang menjadi alat pengumpul data yaitu tes kemampuan hasil belajar lompat jangkit menggunakan kisi-kisi penilaian proses pelaksanaan aktivitas lompat jangkit. Berikut merupakan rangkuman analisis data dari hasil penelitian.

**Tabel 2**  
**Data Deskriptif Hasil Belajar Lompat Jangkit Siswa XI IPS A SMAN 1 Ngabang**

Deskripsi	Mean	Min	Max	Std. Deviasi
Tes awal ( <i>Pretest</i> )	17.06	13	19	1.899
Tes akhir ( <i>Posttest</i> )	19.53	14	23	2.271

(Sumber: Pengolahan data)

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan kemampuan siswa yang terdiri dari 32 sampel maka diperoleh hasil untuk tes awal (*pretest*) yaitu rata-rata 17.06, skor minimal 13, skor maksimal 19, dengan standar deviasi 1.899. Sedangkan untuk tes akhir (*posttest*) yaitu rata-rata 19.53, skor minimal 14, skor maksimal 23, dengan standar deviasi 2.271.

Perbandingan Tes Awal dan tes Akhir

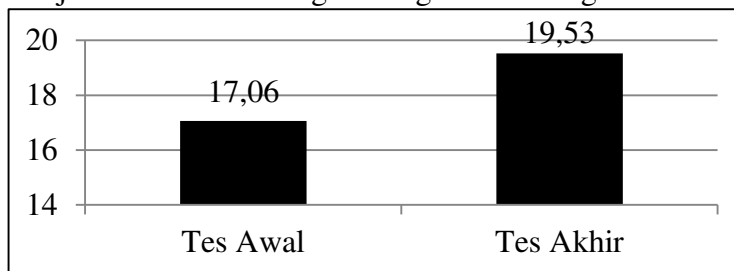
**Tabel 3**  
**Perbandingan Rata-rata Hasil Belajar Lompat Jangkit Siswa Kelas XI IPS A SMAN 1 Ngabang**

Data	Rata-rata Hasil Belajar
Tes Awal ( <i>Pretest</i> )	17.06

Tes Akhir ( <i>Posttest</i> )	19.53
-------------------------------	-------

(Sumber: Pengolahan data)

Sedangkan berdasarkan hasil analisis deskriptif data tes awal dan tes akhir pada tabel 3 maka didapat rata-rata hasil belajar lompat jangkit pada siswa kelas XI IPS A SMAN 1 Ngabang, yaitu rata-rata tes awal 17.06 dan rata-rata tes akhir 19.53, mengalami peningkatan sebesar 2.47. Adapun hasil rata-rata tersebut dapat disajikan dalam bentuk gambar grafik 2 sebagai berikut:



Grafik 1 Rata-rata Tes Awal dan Tes Akhir Hasil Belajar Lompat Jangkit Siswa Kelas XI IPS A SMAN 1 Ngabang

#### Analisis Uji Hipotesis

Analisis uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan pengujian prasyarat analisis. Adapun pengujian persyaratan analisis dilakukan dengan:

##### a. Uji Normalitas

Adapun uji normalitas dilakukan dengan *uji liliefors*. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan didapat hasil data pada tabel 4 sebagai berikut:

**Tabel 4**  
**Hasil Uji Normalitas**

Uraian	Signifikansi	Keterangan
Tes Awal	$0.153 < 0.159$	Normal
Tes Akhir	$0.122 < 0.159$	Normal

(Sumber: Pengolahan data)

Berdasarkan hasil tabel 4 tersebut terlihat nilai signifikansi *pretest* dan *posttest*  $L_{hitung}$  lebih kecil dari  $L_{tabel}$  maka dapat disimpulkan data tersebut berdistribusi normal.

##### b. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas dilakukan untuk mengetahui homogen atau tidaknya data dalam penelitian. Uji homogenitas dilakukan dengan analisis uji-f. Adapun hasil uji homogenitas yang telah dilakukan dapat dilihat pada tabel 5 sebagai berikut:

**Tabel 5**  
**Hasil Uji Homogenitas**

Signifikansi	Keterangan
--------------	------------



1.43 < 4.17	Homogen
-------------	---------

(Sumber: Pengolahan data)

Berdasarkan hasil tabel 5 tersebut terlihat nilai signifikansi  $F_{hitung}$  lebih kecil dari  $F_{tabel}$  maka dapat disimpulkan data tersebut berdistribusi homogen.

#### c. Uji Pengaruh

Adapun uji pengaruh yang dilakukan menggunakan analisis *uji-t*. Berdasarkan hasil pengaplikasian rumus *uji-t* diuraikan pada tabel 6 sebagai berikut:

**Tabel 6**  
**Hasil Uji-t Antara Tes Awal dan Tes Akhir**

Indikator	$t_{test}$	d.b.	$t_{tabel}$	Taraf Signifikansi
Hasil Belajar Lompat Jangkit	12.964	31	2.039	5%

(Sumber: Pengolahan data)

Berdasarkan data pada tabel 6 maka didapat nilai  $t_{test}$  yaitu sebesar 12.964. Dengan melihat tabel statistika dimana pada derajat kebebasan  $db=(N-1)$  adalah  $32-1=31$  dan pada taraf signifikansi 5% diperoleh nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2.039. Dengan demikian nilai dari  $t_{test} = 12.964$  lebih besar dari nilai  $t_{tabel} = 2.039$ , artinya hipotesis diterima berarti terdapat pengaruh intelegensi kinestetik terhadap hasil belajar lompat jangkit siswa kelas XI IPS A di SMAN 1 Ngabang yang signifikan. Adapun persentase peningkatan adalah sebesar 14.47%.

#### Pembahasan

Pengaruh Intelegensi Kinestetik Melalui Media Kotak Lompat Terhadap Hasil Belajar Lompat Jangkit Siswa Kelas XI IPS A SMAN 1 Ngabang. Pelaksanaan penelitian yang telah dilakukan menggunakan pembelajaran dengan pengembangan intelegensi kinestetik melalui variasi kotak lompat memiliki manfaat dalam meningkatkan hasil belajar materi lompat jangkit. memberikan dampak positif dalam meningkatkan kemampuan hasil belajar lompat jangkit pada siswa. Dimana pada proses pembelajaran yang dilaksanakan dalam penelitian, aktivitas tersebut memberikan sumbangan peningkatan kemampuan belajar pada siswa sebesar 14.47%. Selanjutnya berdasarkan pengaplikasian analisis uji-t didapatkan hasil yang signifikan dimana terdapat Pengaruh Intelegensi Kinestetik Melalui Media Kotak Lompat Terhadap Hasil Belajar Lompat Jangkit Siswa Kelas XI IPS A SMAN 1 Ngabang

Hasil peningkatan tersebut merupakan pengaruh yang disebabkan oleh pemberian perlakuan melalui aktivitas pembelajaran dengan pengembangan intelegensi kinestetik melalui variasi kotak lompat memiliki manfaat dalam meningkatkan hasil belajar materi lompat jangkit.. Berdasarkan catatan peneliti lapangan sebagai observasi pengamatan proses pelaksanaan penelitian dimana proses pembelajaran yang diberikan memberikan persepsi serta pemahaman akan langkah-langkah dalam melakukan aktivitas lompat jangkit yang benar pada

pemahaman siswa sehingga pemahaman ini secara tidak langsung dapat diaplikasikan dilapangan dalam aktivitas praktik.

Adapun proses yang terjadi dilapangan pada saat penelitian adalah sebagai berikut: 1) Siswa sangat antusias dalam mengikuti proses pembelajaran karena model pembelajaran dengan menggunakan variasi kotak lompat sangat rekreatif yang memberikan sumbangan terhadap efektivitas belajar pada siswa. 2) Pada saat melakukan pembelajaran dengan media kotak lompat siswa dapat mengaplikasikan langkah dalam kaitannya terhadap aktivitas lompat jangkit, dimana kotak-kotak pada variasi kotak lompat merupakan rangkaian tahapan *hop, step dan jump* dalam lompat jangkit. 3) Pada saat evaluasi pembelajaran saat diberikan umpan balik oleh guru siswa dapat mengungkapkan pemahaman langkahan yang benar pada aktivitas lompat jangkit, dimana sebelum proses pembelajaran diberikan melalui model variasi kotak lompat siswa mengalami kebingungan dalam menentukan langkah yang benar yaitu tahapan *hop, step dan jump*. 4) Kotak-kotak pada media pembelajaran memberikan suasana yang berbeda dalam aktivitas pembelajaran dimana siswa memiliki keinginan yang semakin besar sehingga siswa sering berinisiatif sendiri tanpa harus diintruksikan untuk melakukan pengulangan percobaan dalam aktivitas yang diberikan.

Dalam penelitian ini aktivitas yang diberikan memiliki kelebihan antara lain: 1) Media yang digunakan dalam menciptakan kotak lompat sangat sederhana namun memiliki manfaat yang baik dalam pengembangan hasil belajar. 2) Variasi kotak lompat yang diberikan dapat meningkatkan rasa senang pada siswa karena pembelajaran ini seperti sebuah permainan bagi siswa. 3) Kotak lompat digunakan dalam aktivitas pembelajaran tidak memerlukan waktu yang lama saat pengulangan antar siswa, sehingga tidak menyebabkan siswa menunggu dalam mendapatkan giliran saat mencoba aktivitas yang diberikan. 4) Pembelajaran dengan menggunakan kotak lompat tidak memerlukan lapangan yang luas untuk dimainkan, sehingga mudah diberikan pada aktivitas pembelajaran.

Selanjutnya juga terdapat keterbatasan yang menjadi kendala dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut: 1) Pada saat pelaksanaan tes hasil belajar siswa masih merasa tidak percaya diri sehingga hal ini berdampak pada kemampuan siswa yang belum termaksimalkan sepenuhnya. 2) pengorganisasian siswa pada saat pembelajaran sedikit mengalami kesulitan karena antusias mereka yang besar dalam melakukan pengulangan aktivitas yang diberikan. 3) waktu yang diberikan dalam pembelajaran masih sangat kurang karena pada kurikulum yang termuat dalam silabus dan RPP khusus materi lompat jangkit hanya 3 kali pertemuan pembelajaran, sehingga hal ini juga mempengaruhi pemahaman secara maksimal pada siswa, dan jika aktivitas pembelajaran lebih banyak lagi tidak menutup kemungkinan hasil yang ditampilkan oleh siswa juga akan semakin besar.

Dengan hasil melalui pembelajaran dengan pengembangan intelegensi kinestetik melalui variasi kotak lompat memiliki manfaat dalam meningkatkan hasil belajar materi lompat jangkit., harapannya adalah peserta didik merasa nyaman dan tertarik dengan proses pembelajaran yang diberikan yang selama ini terkesan membosankan.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil pengambilan data baik tes awal atau tes akhir penelitian disimpulkan kemampuan siswa yang terdiri dari 32 sampel maka diperoleh hasil untuk tes awal (*pretest*) yaitu rata-rata 17.06, skor minimal 13, skor maksimal 19, dengan standar deviasi 1.899. Sedangkan untuk tes akhir (*posttest*) yaitu rata-rata 19.53, skor minimal 14, skor maksimal 23, dengan standar deviasi 2.271. Hasil  $t_{\text{test}} = 12.964$  lebih besar dari nilai  $t_{\text{tabel}} = 2.039$ , artinya hipotesis diterima berarti terdapat pengaruh intelegensi kinestetik terhadap hasil belajar lompat jangkit siswa kelas XI IPS A di SMAN 1 Ngabang. Adapun persentase peningkatan hasil belajar lompat jangkit siswa kelas XI IPS A di SMAN 1 Ngabang adalah sebesar 14.47%.

### **Saran**

Berdasarkan hasil dari penelitian adapun saran yang dapat diajukan penulis yaitu Pembelajaran dengan pengembangan intelegensi kinestetik melalui variasi kotak lompat memiliki manfaat dalam meningkatkan hasil belajar materi lompat jangkit. Hasil belajar dapat dengan pengembangan intelegensi kinestetik melalui variasi kotak lompat yang diaplikasikan dalam pembelajaran dan aktifitas sehari-hari yang dilakukan oleh siswa berkaitan dengan kualitas olahraga dan pengayaan gerak siswa. Untuk meningkatkan hasil yang lebih maksimal lagi perlulah dirancang bentuk pengembangan intelegensi kinestetik melalui variasi kotak lompat dengan strategi penyampaian yang lebih baik lagi.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asyhar, Rayandra (2012). *Kreatif Mengembangkan Media Pembelajaran*. Jakarta: Tim GP Press
- Husdarta. (2011). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabet
- Khomsin (2008). *Metodelogi Penelitian Dasar*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Maksum, Ali. (2007). *Statistik Olahraga*. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya.
- Mudyahardjo, Redja. (2010). *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Subhana dan Sudrajat. (2009). *Dasar-Dasar Penelitian Ilmiah*. Bandung: Pustaka Setia
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabet.

Syaiful, Bahri, Djamarah dan Aswan Zain. (2006). *Pengertian Hasil Belajar*.  
(online).<http://www.hasiltesguru.com/2012/04/pengertian-hasil-belajar.html>. Diunduh tanggal 09 oktober 2015

Yudha M Saputra, 2004. *Pembelajaran Lompat Jangkit*. Jakarta: Bumi Aksara